

1	月	休館日
2	火	料理教室・[広報委員会]
3	水	
4	木	
5	金	[青少年育成部会]
6	土	
7	日	ふれあいバス、コミュニティバス休み
8	月	休館日
9	火	[広報委員会]・[まつり実行委員会]
10	水	河東地区シニアオリンピック 子育てサロン河東西(河東西小)
11	木	[環境整備部会]
12	金	健康づくり運動教室・[区長会]
13	土	男性料理教室・子ども囲碁将棋教室
14	日	釣川クリーン作戦
15	月	休館日
16	火	[広報委員会]
17	水	子育てサロンかすたねっと♪(河東中)
18	木	子育てサロンどんぐり(河東コミセン) [健康福祉部会]・[公民館活動部会]
19	金	秋季ふれあい歩こう会 [三役会]・[自主防災役員会]
20	土	
21	日	ふれあいバス、コミュニティバス休み
22	月	休館日
23	火	
24	水	[役員会]
25	木	市内一斉パトロール・市民図書館休館日
26	金	
27	土	毎月最終木曜日 図書館のみ休館
28	日	河東地区みんなのまつり
29	月	休館日
30	火	
31	水	

10月

10/14 (日)  
釣川グリーンアップ作戦 & ホタルの幼虫放流 アサギマダラの観察会

私たちの「命の水・釣川」を  
みんなできれいにしましょう

日時：10月14日(日) 午前9時～10時  
午前8時30分受付開始(事前申込み不要)  
集合：山田川 / 須恵公民館  
横山川 / 福崎公民館  
平等寺川 / 平等寺公民館  
その他、各自治会で決められた集合場所  
※城西ヶ丘自治会は10月6日の実施予定です  
集合場所：城西ヶ丘公民館 午前8時30分集合

水に濡れてもよい服装、厚底の履きもので参加してください  
軍手、ごみ袋、お茶の用意をしています

ホタルの幼虫放流 10:00～  
アサギマダラの観察会 10:30～  
場所：ホタルの里公園

主催：環境整備部会

10/19 (金)  
秋季ふれあい歩こう会

河東コミセンから河東天満宮、稲元八幡宮を  
歩いて巡るコースです(約6.5km)

健康づくりの第一歩はお手軽なウォーキングから！  
さあ、一緒に歩きましょう！！  
コミュニティ・センターに帰ってきてから、  
豚汁のふるまいを予定しています

日時：10月19日(金) 午前9時30分集合 10時出発  
午後1時30分終了予定

集合、解散場所：河東地区コミュニティ・センター  
河東天満宮～稲元八幡宮(甘酒のふるまい、おみやげあり)

申込み：不要 参加費：無料  
持参品：飲み物、歩きやすい服装

主催：健康福祉部会 ヘルス推進員  
\*雨天中止

有無の確認は、8時50分以降にお問い合わせください  
電話 35-1837

河東地区みんなのまつりで  
マイナンバーカードの申請ができます！

日時：10月28日(日) 午前10時～午後2時  
場所：河東地区コミュニティ・センター  
対象：宗像市民  
内容：マイナンバーカード用の顔写真撮影(無料)と申請の受付  
問い合わせ先：宗像市市民課 電話 36-1126

申請時に持ってくる物

- ◆マイナンバーの「通知カード」および「カード交付申請書」※お持ちの方のみ
- ◆住民基本台帳カード ※お持ちの方のみ  
※通知カードなどが無くても市役所での受け取りの場合は申請できます。
- ◆本人確認書類  
①運転免許証、パスポートなど、行政機関が発行した顔写真付きのものは1点  
②健康保険証、後期高齢者医療証、介護保険証、年金手帳、学生証などは2点  
※「通知カード」の返却、「暗証番号設定依頼書」の提出など必要条件を満たす場合は、「本人限定受取郵便」での交付も可能です。

第10回 河東地区  
みんなのまつり  
10月28日(日)開催

※詳しくは、別刷りのまつり号をご覧ください

11/4 (日)  
そば打ち初心者教室  
打ちたてを試食 + お持ち帰り2食付

手打ちそばの味は格別です！  
ご自宅でもできるようになりますよ  
この機会に挑戦してみませんか

大好評の講座です！  
女性大歓迎！

日時：11月4日(日) 午前9時30分～12時30分  
場所：河東地区コミュニティ・センター調理室  
講師：河東そば研(盛・吉村)  
参加費：500円(当日集めます)  
持参品：エプロン・三角巾・タオル  
申込み：10月3日(水)受付開始(先着順12人)  
電話または窓口でお申込みください



11/6 (火)  
食進会の料理教室  
テーマ：ヘルシーおもてなし料理

日時：11月6日(火) 午前9時30分受付開始  
場所：河東地区コミュニティ・センター調理室  
参加費：300円(当日集めます)  
持参品：エプロン・三角巾・ふきん・筆記用具  
申込み：10月3日(水)受付開始(先着順20人)  
電話または窓口でお申込みください

主催：健康福祉部会 食進会

※ 10/13(土) 男性料理教室 受付中



11/7 (水)  
ヘルス推進員 健康教室  
「ノルディック・ウォーク」

いま注目のノルディック・ウォーク！  
負担が軽く、どなたにも無理なく始められます

日時：11月7日(水) 午前9時30分受付開始 10時～11時30分  
場所：河東地区コミュニティ・センター多目的ホール  
参加費：100円(当日集めます)  
持参品：運動のできる服装、室内シューズ、タオル、水分  
主催：健康福祉部会 ヘルス推進員



年間申込みをされていない方も参加できます  
直接お越しください

11/29 (木)  
すくすくコンサート  
未就園児のための親子コンサート

毎月大好評のすくすくコンサート、今回は河東コミセンで開催します！出演はアコーディオン・ハープの中島千智さんとピアノの久江真理子さん。二人の楽器から、どんなハーモニーが生まれてくるのでしょうか。人気公演です。お申込みはお早めに♪

アコーディオン・ハープ：中島千智さん  
ピアノ：久江真理子さん

親子で楽しめる曲をたくさん用意しています！  
うれしい入場無料♪

日時：11月29日(木)  
午前10時開場 10時30分開演～11時15分終演予定  
場所：河東地区コミュニティ・センター 多目的ホール  
対象：未就園のお子様とその保護者  
(未就園児でない兄弟や祖父母などの同伴不可)  
※先着30組(定員になり次第、受付終了)  
申込み：10月2日(火)～31(水)  
電話または窓口でお申込みください(河東コミセン)  
主催：河東地区コミュニティ運営協議会、宗像ユリックス

12/2 (日)  
宗像ユリックス  
いきいき出前コンサート

米元響子(ヴァイオリン) & 菊池洋子(ピアノ)

海外のコンクールや国内のコンクールで優勝した受賞歴を持つ、世界トップクラスのアーティストによる出前コンサートが実現！  
人気・実力ともに日本を代表する両者の演奏を間近の空間でぜひお楽しみください！

申し込みはお早めに  
うれしい入場無料♪

日時：12月2日(日) 午前10時30分開場 11時開演  
場所：河東地区コミュニティ・センター 多目的ホール  
申込み：10月2日(火)～31日(水)  
※先着70人(定員になり次第、受付終了)  
※未就学児入場不可  
電話または窓口でお申込みください(河東コミセン)  
主催：河東地区コミュニティ運営協議会、宗像ユリックス

お知らせ  
体験教室 皿倉山探検!!

日時：11月25日(日)  
午前8時30分～午後5時(予定)  
対象者：小学4～6年生  
参加費：500円(予定)  
主催：青少年育成部会

みんなで  
帆柱ケーブルに  
行こう！

詳しくは、かとうコミだより11月号でお知らせします